MUNI
FSS

Návyková porucha hraní digitálních her a její souvislost s užíváním psychoaktivních látek

Dita Siřínková & Lukas Blinka
Institut pro psychologický výzkum
Fakulta sociálních studií, MUNI

(návyková) Porucha hraní digitálních her MKN-11 (6C51)

- 1. zhoršená kontrola nad hraním (např. frekvencí, intenzitou, trváním)
- 2. rostoucí priorita do té míry, že hraní má přednost před ostatními životními zájmy a každodenními činnostmi
- 3. pokračování nebo stupňování hraní navzdory výskytu negativních důsledků.
- Vede k výraznému stresu nebo zhoršení v oblasti osobních, rodinných a sociálních vztahů, ve vzdělávání, v zaměstnání a v dalších důležitých oblastech života.
- Herní chování a další rysy jsou obvykle zjevné po dobu nejméně 12 měsíců

Návykové hraní a psychoaktivní látky: je (bylo) na okraji zájmu

- 70‘-90‘ – herny podobné hernám s automaty – vnímaná podobnost v problematičnosti; expozice problémovému prostředí
- 90‘-10‘ – hraní jako nerdovská kultura – nerdi nejsou typičtí uživatelé psychoaktivních látek; hraní = fyzicky izolovaná aktivita doma
- 10‘s a dál - u mladých významný pokles konzumace některých látek, zejména alkoholu = předpoklad, že online aktivity nahrazují jiné formy návykového chování

Proč bychom souvislost mohli očekávat

- Změna v kulturní reprezentaci a univerzální akceptace hraní her jako součást maskulinního světa
- Pro chlapce a mladé muže jsou počítačové hry téměř univerzálně nejdůležitější aktivitou v jejich životě
- Hrají i dříve neobvyklé demografické skupiny (např. více „problémové skupiny“)
- Hraní (zejména kompetetivní) souvisí se stimulanty – např. reklama a sponsoring esportu

Společný substrát napříč návykovými poruchami

- Herní porucha a užívání látek / jiné závislostí sdílejí psychosociální a biologický substrát
- Osobnostní charakteristiky – vyšší impulsivita, ADHD, vyšší neuroticismus, sensation seeking, tendence k okamžitému uspokojení
- Podobný princip podmiňování (klasické i operantní), který vede ke změnám motivace a snížení citlivosti k přirozeným odměnám
- Nižší sensitivita na dopaminové odměny (nižší funkce dopaminového D2 receptoru)

Role emoční (dys)regulace

- Hry i látky vytvářejí návyk i skrze negativní posílení (mood management)
- Tendence k unikání (eskapismus) zejména jako nefunkční zvládací strategie, která je ale nejsnadněji dostupná a je naučená
- Hry mohou v eskapismu sloužit jako náhražka látek (a vice versa)
- Role osobnostních charakteristik jako alexithymie (zhoršená schopnost uvědomovat si emoce, menší spektrum zvládacích strategií)
- Negativní afekt – např. stres, nuda, sociální tlak – fungují i jako spouštěče bažení

Hraní „pod vlivem“

- Zvýšení koncentrace; potlačení únavy a spánku; potlačení hladu
- Další motivy ke hraní pod vlivem: zvýšit prožitek (např. imerze, flow); snížit tenzi; uklidnit se; překonat poruchy spánku; prostě „jen tak“
- Souvisí s vyšším herním časem: kofein +6h; stimulanty na předpis +10h; sedativa na předpis +7h; nikotin +2h (jediná výjimka alkohol -1h)
- Souvisí se skórem herní závislosti: zejména u legálních sedativ

BRIEF REPORT

Journal of Behavioral Addictions 7(2), pp. 493–498 (2018)
DOI: 10.1556/2006.7.2018.27
First published online May 15, 2018

Gaming under the influence: An exploratory study

KATEŘINA ŠKAŘUPOVÁ*, LUKAS BLINKA and ADAM ŤÁPAL

Faculty of Social Studies, Masaryk University, Brno, Czech Republic

(Received: August 25, 2017; revised manuscript received: February 28, 2018; accepted: March 24, 2018)

MUNI FSS

- Jaká je souvislost mezi herní frekvencí, návykovým hraním a užíváním psychoaktivních látek?
- Jakou roli mají různé typy emoční (dys)regulace v návykovém hraní a užívání psychoaktivních látek?

Czech Gamers

- Dospělí aktivní hráči*ky počítačových her
- 3 vlny sběru dat, vlny po 9 měsících

vlna	N	M_{age} (SD_{age})
1. vlna (podzim 2021)	4555 (83,1 % mužů)	26,1 (6,45)
2. vlna (léto 2022)	6391 (83,3 % mužů)	26,3 (7,04)
3. vlna (jaro 2023)	6307(80, 3 % mužů)	26,2 (6,48)

- Hráči*ky ze všech tří vln strávili hraním v průměru **25,4 hodin týdně** (muži 25,6 hodin, ženy 23,7 hodin)

MUNI FSS

Gaming Disorder Test – česká verze

- Krátká škála z konceptualizace MKN-11
- V zahraničním výzkumu nejpoužívanější (Pontes et al., 2021)
- Použití v praxi i výzkumu
- 4 položky:

1) **Měl/a jsem potíže udržet hraní pod kontrolou.** (zhoršená kontrola nad hraním)
2) **Hraní mělo čím dál větší přednost před zájmy a každodenními aktivitami.** (rostoucí priorita)
3) **V hraní jsem pokračoval/a, přestože to mělo negativní důsledky na můj život.** (pokračování nebo stupňováním hraní navzdory negativním důsledkům)
4) **Zažil/a jsem kvůli hraní významné problémy (osobní, rodinné, sociální, ve škole/práci).** (hraní vede k výraznému zhoršení v důležitých oblastech života)

MUNI FSS

Výsledky

- GDT validní a reliabilní nástroj
- **Prevalence** GD v našem vzorku:
  - V jednotlivých vlnách **2.4 %** a **2.5 %**
    - obdobné jako v zahraničních studiích prevalence
  - Pouze **0.5 %** splnilo kritéria poruchy v obou vlnách (dle MKN-11)

MUNI FSS

Souvislost hraní her s užíváním psychoaktivních látek

„Hráli uživatelé látek více hodin?“

- **U většiny látek ne**
- Vyšší intenzita hraní u uživatelů
  - **nikotinu** (3 hodiny)
  - **povzbuzujících doplňků stravy** (1,5 hodiny)
  - **léků na uklidnění** (2 hodiny)
- Nižší intenzita hraní u uživatelů **alkoholu**
  - o **5 hodin** týdně méně

- Alkohol
- Nikotin
- Kofein
- Povzbuzující doplňky stravy
- Konopí
- Léky na uklidnění/spaní
- Léky na pozornost
- MDMA/Extáze
- Pervitin
- Kokain
- Halucinogeny
- Ketamin
- Heroin
- Kratom

MUNI FSS

„Hráli uživatelé látek více návykově?“

- **U většiny látek ano**
- Vyšší míra návykového hraní u uživatelů:
  - **léků na pozornost** – největší rozdíl
  - **léků na uklidnění**
  - **halucinogenů**
  - **kratomu** a **MDMA/extáze**
  - konopí, povzbuzujících doplňků stravy, nikotinu a kofeinu

Emoční regulace u hráčů*ek

- Emoční regulace jako sdílený mechanismus návykového chování
- **6 dimenzí emoční regulace**:
  - Uvědomování emocí – míra, do jaké si uvědomujeme a všímáme si emocí
  - Porozumění emocím – do jaké míry dokážeme rozeznat a pojmenovat emoce
  - Akceptace emocí – schopnost přijímat emoce
  - Kontrola impulsů – schopnost ovládat impulzy a kontrolovat své chování
  - Cílené chování – schopnost cíleného chování v případě distresu
  - Strategie – důvěra, že jsme schopni udělat něco pro zvládnutí distresu

MUNI FSS

Skupina (zastoupení v %)	Vzorec emoční regulace	Průměrný věk, % mužů	Herní chování	Míra užívání látek
Emočně regulovaná (36,8 %)	Bez obtíží	30,4 let 85,2 % mužů	↓ počet hodin hraní ↓ návykové hraní	Celkově nižší ↑ pravidelně nikotin a konopí ↑ rekreačně alkohol
Zcela dysregulovaná (13,8 %)	Obtíže ve všech dimenzích	25,5 let 65,1 % mužů	↑ počet hodin hraní ↑ návykové hraní	Celkově vysoká ↑ pravidelně látky na uklidnění i povzbuzení
Částečně dysregulovaná (30,9 %)	Obtíže s přijetím a cíleným chováním	27,7 let 74 % mužů	↓ počet hodin hraní ↑ návykové hraní	Celkově vyšší ↑ pravidelně alkohol ↑ rekreačně konopí, nikotin, léky
S nízkým uvědomováním (18,5 %)	Obtíže s uvědomováním a porozuměním emocí	29,8 let 88,5 % mužů	↑ počet hodin hraní ↓ návykové hraní	Celkově nízká ↑ pravidelně nikotin

Co si odnést?

- Gaming Disorder Test je v české verzi kvalitním nástrojem pro výzkum i praxi
- Prevalence poruchy hraní digitálních her je nízká
- Užívání psychoaktivních látek u hráčů*ek souvisí více s návykovým hraním než počtem hodin strávených hraním
- Emoční regulace jako sdílený mechanismus návykového chování - specifické vzorce emoční (dys)regulace souvisí s herním chováním i frekvencí užívání látek

Děkujeme za pozornost!

MUNI FSS

Doplňkové tabulky a grafy

Roční prevalence užívání psychoaktivních látek (%)

Psychoaktivní látka	Užili v posledních 12 měsících			Rekreační uživatelé			Pravidelné uživatelé		
	Celkem	Muži	Ženy	Celkem	Muži	Ženy	Celkem	Muži	Ženy
Alkohol	86.1	86.7	84.2	56.8	55.1	63.4	29.3	31.6	21
Nikotin	45.8	47.9	38.3	15.8	15.9	15.4	30.0	31.9	22.9
Kofein	80.2	81.9	73.8	17.8	17.4	19.5	62.4	64.6	54.2
Povzbuzující doplňky stravy	25.2	27.5	17.1	15.7	17.0	11.0	9.5	10.4	6.0
Konopí	24.8	25.9	20.0	18.3	18.7	16.6	6.5	7.2	3.6
Léky na uklidnění	9.8	7.6	17.2	6.7	5.2	12	3.1	2.3	5.1
Léky na pozornost	2.0	1.7	3	1.0	0.9	1.1	1.0	0.7	1.9
MDMA/Extáze	4.2	4.8	2.2	4.2	4.7	2			
Pervitin	1.5	1.8	0.9	1.4	1.6	0.8	0.1	0.1	0.1
Kokain	5.3	6.3	2.2	5.2	6.0	2.2	0.1	0.1	
Halucinogeny	5.4	5.9	3.4	5.3	5.8	3.2	0.1		0.1
Ketamin	0.9	1.2	0.7	0.9	1.0	0.6			
Heroin	0.1	0.1	0.2						
Kratom	7	7.3	5.7	5.8	6.0	5.0	1.2	1.3	0.7

MUNI FSS

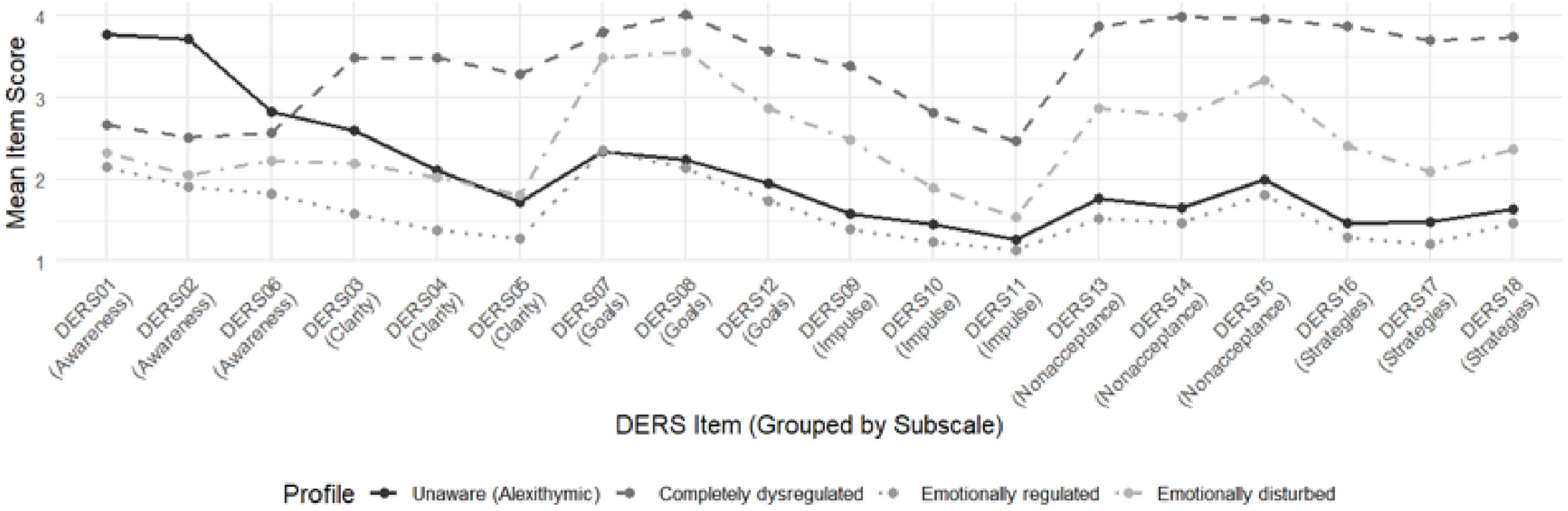
Rozdíly v herních proměnných dle užívání psychoaktivních látek

Látka	Hodiny strávené hraním				T-test	
	Užili		Neužili			
	M	SD	M	SD	Rozdíl v průměru	Cohenovo d
Alkohol	23.24	15.07	28.19	17.90	-4.96**	**-0.32**
Nikotin	25.46	16.16	22.62	14.90	2.84**	0.18
Kofein	24.09	15.46	23.14	16.04	0.95	
Povzbuzující doplňky stravy	24.92	15.91	23.54	15.43	1.38*	0.09
Konopí	24.39	15.40	23.76	15.64	0.63	
Léky na uklidnění	25.86	18.41	23.70	15.16	2.16*	0.14
Léky na pozornost	25.23	16.89	23.88	15.50	1.35	
MDMA/Extáze	23.47	15.51	23.96	15.59	-0.49	
Pervitin	27.84	18.29	23.86	15.47	3.98	-
Kokain	24.60	16.08	23.87	15.51	0.72	
Halucinogeny	23.29	16.11	23.96	15.55	-0.66	
Ketamin	20.10	11.85	23.98	15.61	-3.89	-
Heroin	26.60	20.12	23.90	15.51	2.70	-
Kratom	25.39	15.81	23.81	15.56	1.57	

Látka	GDT skór				T-test	
	Užili		Neužili			
	M	SD	M	SD	Rozdíl ve skóru	Cohenovo d
Alkohol	7.31	3.07	7.40	3.21	-0.09	
Nikotin	7.56	3.21	7.10	2.95	0.46**	0.15
Kofein	7.39	3.13	7.00	2,88	0.40**	0.13
Povzbuzující doplňky stravy	7.68	3.24	7.17	3,01	0.51**	0.17
Konopí	7.78	3.21	7.16	3,02	0.62**	0.20
Léky na uklidnění	8.06	3.47	7.22	3,02	0.84**	**0.27**
Léky na pozornost	8.96	4.01	7.27	3,04	1.69**	**0.55**
MDMA/Extáze	7.94	3.21	7.29	3,07	0.66*	**0.21**
Pervitin	8.20	3.68	7.30	3,07	0.90	-
Kokain	7.58	3.06	7.30	3,08	0.29	
Halucinogeny	8.10	3.43	7.27	3,06	0.83**	**0.27**
Ketamin	7.42	2.77	7.31	3,09	0.11	-
Heroin	8.40	5.13	7.31	3,08	1.09	-
Kratom	7.93	3.39	7.26	3,05	0.66**	**0.22**

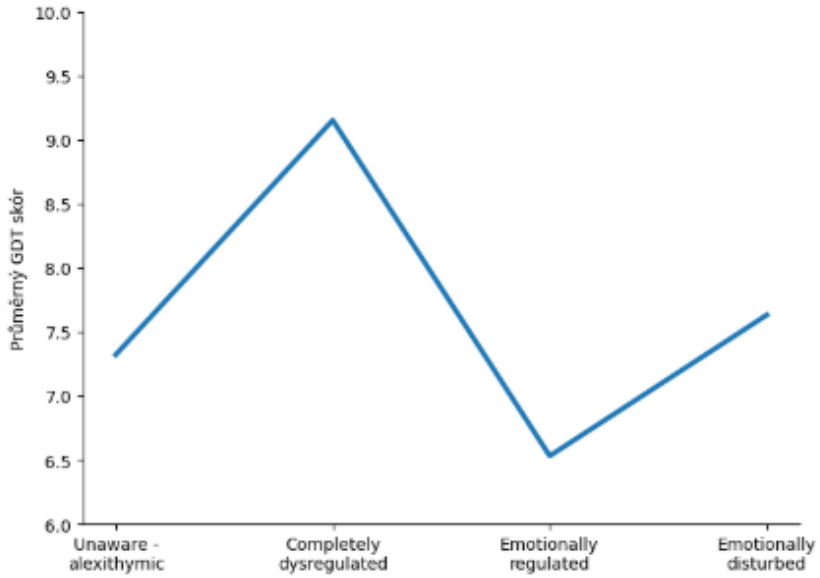
MUNI FSS

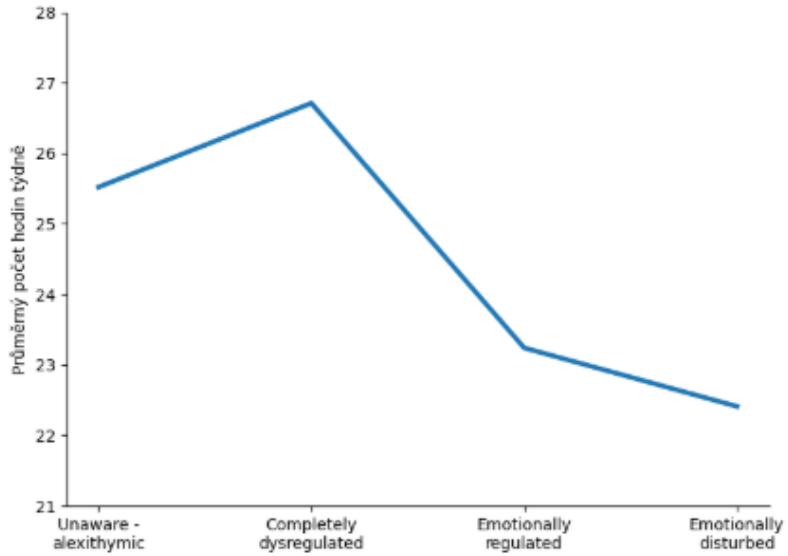
Analýza latentních profilů – 4 profily podle emoční regulace



MUNI FSS

Rozdíly mezi profily v míře návykového hraní a počtu hodin stráveném hraní





MUNI FSS

Rekreační užívání

	Alkohol	Nikotin	Povzbuzující doplňky	Konopí	Léky na uklidnění	Léky na pozornost	Kratom
Emočně regulovaní	57,7	13,2	14,6	16,3	3,3	0,5	5,7
S nízkým uvědomováním	54,6	11,6	15,2	15,7	5,1	0,6	4,1
Částečně dysregulovaní	56,9	19,9	16,8	20,8	8,4	1,5	6,1
Zcela dysregulovaní	56,9	18	16,6	21,3	14,1	1,6	7,5

Pravidelné užívání

	Alkohol	Nikotin	Povzbuzující doplňky	Konopí	Léky na uklidnění	Léky na pozornost	Kratom
Emočně regulovaní	28,2	32,4	9,5	7	1,4	0,4	1,2
S nízkým uvědomováním	29	34,3	7,9	6	1,4	0,4	1,1
Částečně dysregulovaní	31,6	25,7	8,8	5,8	3,5	1	0,8
Zcela dysregulovaní	27	28,2	13,1	7,4	8,9	3,9	2,4

Zdroje

– Pontes, H.M., Schivinski, B., Sindermann, C., Li, M., Becker, B., Zhou, M., Montag, C., 2021. Measurement and conceptualization of gaming disorder according to the world health organization framework: the development of the gaming disorder test. Int. J. Ment. Health Addiction 508–528. https://doi.org/10.1007/s11469-019- 00088-z.

MUNI FSS